

HALAMAN PERSEMBAHAN



*Karya ini kupersembahkan kepada Tuhan Yesus,
kedua orangtuaku tersayang Papa Bambang & Mama Yayuk,
serta ketiga saudaraku Nita, Widya, dan Yona.*

MOTTO

Happiness Cannot be Traveled to, Owned, Earned, Worn or Consumed. Happiness is the Spiritual Experience of Living Every Minute with Love, Grace, & Gratitude

– Denis Waitley –

Work hard in silence. Let success make the noise.

– Anonymous –

Don't be Pushed by Your Problems. Be Led by Your Dreams

– Ralph Waldo Emerson -

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis haturkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkah dan karuniaNya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Berbagai suka maupun duka, serta hambatan dan kesulitan yang dihadapi oleh penulis selama penyusunan skripsi ini, namun berkat kekuatan dari-Nya, penulis mampu melewati segala hambatan dan kesulitan sehingga skripsi dapat terselesaikan. Penulis juga ingin menghaturkan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Drs. George Hardjanta, M.Si, selaku Dosen Pembimbing atas kesediaannya memberikan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Y. Sudiantara, M.S, selaku Dosen Wali yang telah memberikan masukan dan dukungan kepada penulis selama menempuh studi.
4. Wakil Rektor I Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberi ijin penelitian.
5. Seluruh subjek atas kesediaan serta kerja samanya dalam membantu mengisi skala penelitian.
6. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
7. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.
8. Seluruh Staf Perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu dalam mencari buku-buku sumber referensi yang dibutuhkan oleh penulis.
9. Dukungan dan semangat yang tiada henti dari keluarga tersayang, Kedua Orang Tuaku Papa Bambang & Mama Yayuk, serta saudaraku Mba Nita, Mba Widya,

dan Mas Yona, serta Tabby. Terima kasih atas doa dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

10. *Support system* yang merangkap sahabat terbaik, Dea, Iin, Sila, dan Teyek. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, serta nasihatnya.
11. Teman-teman terkasih, Sony, Lian, Ulan, Tanry serta teman-teman asisten penelitian dan asisten Laboratorium Psikologi lainnya. Terimakasih atas segala dukungan dan doa.
12. Untuk *partner* tersayang dalam suka dan duka, Angga Chalimi Arif Raharjo. Terima kasih untuk segala semangat, dukungan, dan doanya.
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, penulis haturkan terima kasih.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari sempurna karena keterbatasan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan penulis di masa yang akan datang. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Semarang, Juli 2017

Penulis

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA

Bayuvinda Fourensia Agustin

13.40.0104

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS KATOLIK
SOEGIJAPRANATA SEMARANG

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada mahasiswa. Subjek dalam penelitian ini adalah 65 mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang memiliki usia 18 - 24 tahun dan memiliki *smartphone*. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *incidental sampling*. Skala yang digunakan adalah *nomophobia questionnaire* dan skala kontrol diri. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment*. Berdasarkan analisis data yang diperoleh menghasilkan koefisien korelasi sebesar -0,089 dengan $p > 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada mahasiswa, dan hipotesis pada penelitian ini ditolak.

Kata kunci: *Nomophobia*, Kontrol diri

DAFTAR ISI

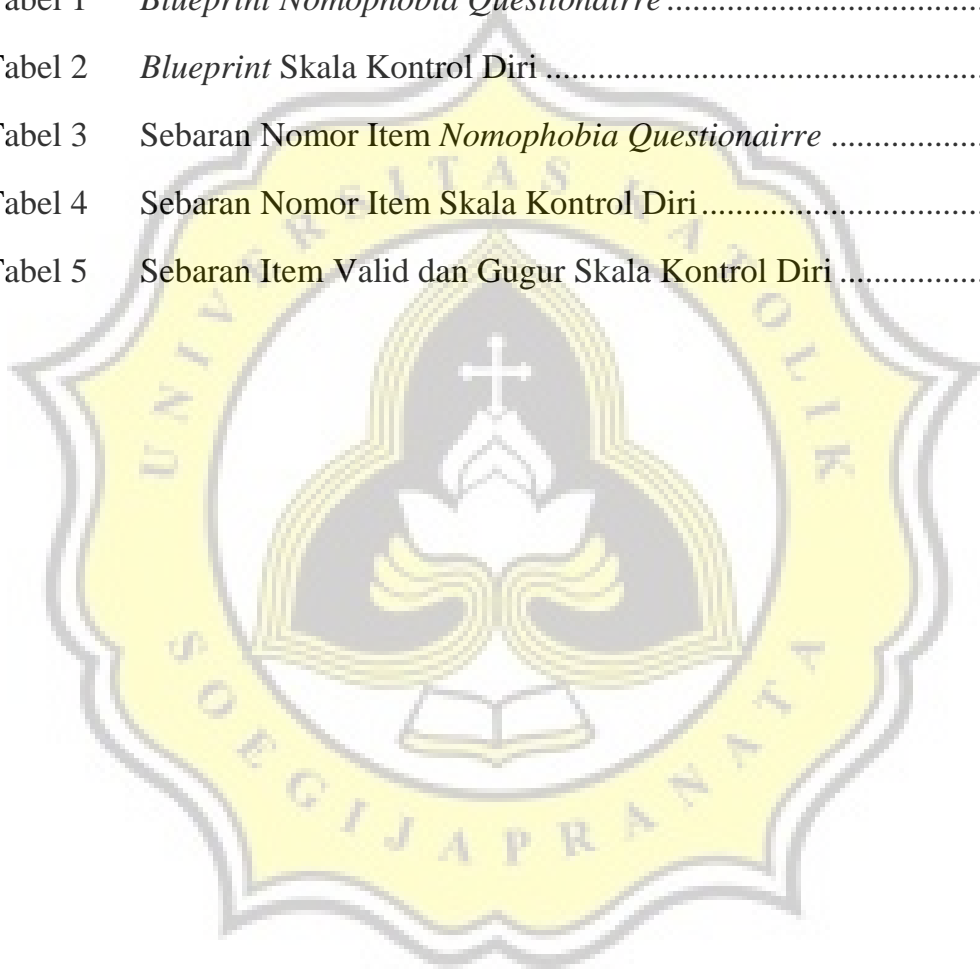
HALAMAN SAMBUTAN.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAKSI	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	10
1. Manfaat Teoritis.....	11
2. Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. <i>Nomophobia</i>	12
1. Pengertian <i>Nomophobia</i>	12
2. Dimensi <i>Nomophobia</i>	15
3. Faktor-Faktor Fobia Spesifik	17
B. Kontrol Diri	20

	1. Pengertian Kontrol Diri.....	20
	2. Aspek-Aspek Kontrol Diri.....	23
	C. Hubungan antara Kontrol Diri dengan <i>Nomophobia</i> Pada Mahasiswa	28
	D. Hipotesis.....	34
BAB III	METODE PENELITIAN.....	36
	A. Metode Penelitian.....	36
	B. Identifikasi Variabel	36
	C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	37
	1. <i>Nomophobia</i>	37
	2. Kontrol Diri.....	37
	D. Subjek Penelitian.....	38
	E. Metode Pengumpulan Data	39
	1. <i>Nomophobia Questionnaire</i> (NMP-Q).....	39
	2. Skala Kontrol Diri.....	40
	F. Uji Coba Alat Ukur	41
	1. Validitas Alat Ukur	41
	2. Reliabilitas Alat Ukur	42
	G. Metode Analisis Data	42
BAB IV	LAPORAN PENELITIAN	44
	A. Orientasi Kanchah Penelitian	44
	B. Persiapan Penelitian	46
	1. Penyusunan Alat Ukur	46
	a. <i>Nomophobia Questionnaire</i> (NMP-Q).....	46

	b. Skala Kontrol Diri	48
	2. Permohonan Ijin Penelitian.....	48
	C. Pelaksanaan Penelitian	50
	D. Uji Coba Alat Ukur	51
	1. Uji Validitas	51
	2. Uji Reliabilitas	52
BAB V	HASIL PENELITIAN	53
	A. Hasil Penelitian	53
	1. Uji Asumsi	53
	a. Uji Normalitas	53
	b. Uji Linearitas	54
	2. Uji Hipotesis	54
	3. Pembahasan.....	55
BAB VI	PENUTUP.....	61
	A. Kesimpulan	61
	B. Saran	61
	DAFTAR PUSTAKA	63
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blueprint Nomophobia Questionairre</i>	40
Tabel 2	<i>Blueprint Skala Kontrol Diri</i>	41
Tabel 3	Sebaran Nomor Item <i>Nomophobia Questionairre</i>	47
Tabel 4	Sebaran Nomor Item Skala Kontrol Diri	48
Tabel 5	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kontrol Diri	52



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	67
LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN	68
A-1 <i>Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)</i>	69
A-2 Skala Penelitian Kontrol Diri	72
LAMPIRAN B DATA AWAL	76
B-1 Data Awal <i>Nomophobia</i>	77
B-2 Data Awal Kontrol Diri	81
LAMPIRAN C VALIDITAS DAN RELIABILITAS	87
C-1 Validitas dan Reliabilitas <i>Nomophobia</i>	88
C-2 Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri	89
LAMPIRAN D DATA VALID	92
D-1 Data Valid <i>Nomophobia</i>	93
D-2 Data Valid Kontrol Diri	97
LAMPIRAN E UJI ASUMSI	101
E-1 Uji Normalitas	102
E-2 Uji Linieritas	104
LAMPIRAN F ANALISIS DATA	105
LAMPIRAN G SURAT IJIN PENELITIAN DAN BUKTI PENELITIAN..	106
G-1 Surat Ijin Penelitian	107
G-2 Surat Bukti Penelitian	108